

Testinventar

zur Talentdiagnostik im Tennis

Modul III

LMIT: Leistungs-Motivations-Inventar für Tennistalente

Stand: Juni 2004



Prof. Dr. Achim Conzelmann, Marion Blank, Heike Baltzer
mit Unterstützung des Deutschen Tennis Bundes

Datum: _____

Name: _____

Geburtsdatum: _____

Hinweise zur Bearbeitung des „Leistungs-Motivations-Inventars für Tennistalente (LMIT)“

- (1) Mit dem vorliegenden Fragebogen wird Deine Einstellung gegenüber Tennis und Leistung erfasst. Nur Deine persönliche Meinung zählt – es gibt weder richtige noch falsche Antworten.
- (2) Bitte lies jede Aussage genau durch und gib an, inwieweit sie auf Dich persönlich zutrifft. Du kannst hierbei zwischen den Antwortmöglichkeiten ① und ⑦ abstufen. Wenn eine Aussage gar nicht auf Dich zutrifft, markiere bitte die ①. Trifft eine Aussage dagegen vollständig auf Dich zu, markiere die ⑦. Zwischen ① und ⑦ kannst Du beliebig abstufen, je nachdem, in welchem Ausmaß die Aussage auf Dich zutrifft.
- (3) Bitte nimm die Markierung immer eindeutig vor. Markierungen zwischen zwei Zahlen können nicht ausgewertet werden. Hast Du versehentlich eine falsche Markierung vorgenommen, so kreise diese bitte ein und setze eine neue Markierung an einer anderen Stelle.
- (4) Wichtig ist, dass Du jede Aussage bearbeitest. Fragebogen mit unbewerteten Aussagen können nicht ausgewertet werden. Wähle im Zweifelsfall diejenige Antwortmöglichkeit, die noch am ehesten auf Dich zutrifft.
- (5) Bearbeite den Fragebogen zügig, aber sorgfältig; halte Dich nicht zu lange an einzelnen Aussagen auf.

	Trifft gar nicht zu	Trifft vollständig zu
1. Wenn ich im Tennis mit einer interessanten Übung beschäftigt bin, kann ich die Welt um mich herum vergessen.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
2. Bei neuen Aufgaben im Tennis habe ich oft Angst, etwas falsch zu machen.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
3. Es ärgert mich, wenn andere im Tennis Besseres leisten als ich.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
4. Meistens bin ich mit den Erfolgen, die mir im Tennis gelungen sind, nicht lange zufrieden, sondern versuche, beim nächsten Mal noch mehr zu erreichen.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
5. Wie weit man es im Tennis bringt, ist zum guten Teil Glücksache.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
6. Auch wenn ich im Tennis vor einer schwierigen Aufgabe stehe, rechne ich immer damit, mein Ziel zu erreichen.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
7. Bevor ich kritisiert werde, strengte ich mich lieber doppelt so sehr an.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
8. Andere sagen, dass ich viel mehr trainiere als nötig.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
9. Häufig verschiebe ich Dinge auf morgen, die ich besser heute erledigen sollte.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
10. Ich weiß genau, welche Position ich im Tennis in fünf Jahren erreicht haben möchte.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
11. Die meisten Spieler sind ehrgeiziger als ich.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
12. Ich bin überzeugt davon, dass ich es im Tennis zu etwas bringen werde.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
13. Wenn ich im Tennis etwas Schwieriges zuwege gebracht habe, bin ich stolz auf mich.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
14. Vor Wettkämpfen bin ich oft schrecklich nervös.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
	Trifft gar nicht zu	Trifft vollständig zu

		Trifft gar nicht zu	Trifft vollständig zu
15.	Um mich wirklich erfolgreich zu fühlen, muss ich besser sein, als alle, mit denen ich mich vergleiche.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
16.	Wenn ich verständnisvollere Trainer gehabt hätte, hätte ich es schon weiter bringen können.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
17.	Vor neuen Aufgaben im Tennis bin ich immer zuversichtlich, sie zu schaffen.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
18.	Ich kann mich auch dann zu konzentriertem Training zwingen, wenn ich eigentlich gar keine Lust habe.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
19.	Ich bin mit meinem Spiel nur zufrieden, wenn ich das Gefühl habe, dass ich mein Bestes gegeben habe.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
20.	Es ist schon vorgekommen, dass ich gerade in Spielen, in denen es darauf ankommt, durcheinander war und nichts zuwege gebracht habe.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
21.	Es macht mir nichts aus, wenn Gleichaltrige im Tennis mehr erreicht haben als ich.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
22.	Einfache Trainingsübungen sind mir lieber als schwierige.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
23.	Ich habe mir schon früh vorgenommen, es im Tennis zu etwas zu bringen.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
24.	Was den Tennissport anbelangt, weiß ich genau, was ich will.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
25.	Ich könnte im Tennis mehr zuwege bringen, wenn ich nicht so schnell müde würde.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
26.	Es kommt selten vor, dass ich so ins Tennis vertieft bin, dass ich alles Übrige vergesse.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
27.	Ich freue mich, wenn es mir gelungen ist, meine Trainingszeit besonders gut zu nutzen.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
28.	Wenn ich sehe, dass andere im Tennis mehr können als ich, so ist das ein Ansporn, mich künftig mehr anzustrengen.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
		Trifft gar nicht zu	Trifft vollständig zu

		Trifft gar nicht zu	Trifft vollständig zu
29.	Mir sind Trainingsübungen lieber, die mir leicht fallen, als solche, bei denen ich mich sehr anstrengen muss.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
30.	Wenn ich Angst habe, bei einem wichtigen Spiel zu versagen, strenge ich mich umso mehr an.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
31.	Wenn ich auf dem Tennisplatz stehe, gibt es kaum etwas, was mich stören könnte.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
32.	Es gibt Zeiten, da spiele ich wie im Rausch.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
33.	Da man sowieso nicht weiß, was die Zukunft bringt, ist es sinnlos, Zukunftspläne zu machen.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
34.	Wenn ich überraschend einen Wettkampf spielen muss, ohne dass ich es vorher weiß, ist mir das sehr unangenehm.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
35.	Für schlechte Leistungen ist meistens der Trainer verantwortlich.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
36.	Wettkämpfe, bei denen ich mir nicht ganz sicher bin, ob ich gewinne, reizen mich ganz besonders.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
37.	Wenn ich einen Wettkampf spiele, bin ich davon überzeugt, dass ich gewinne.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
38.	Es fällt mir schwer, mich beim Tennis lange zu konzentrieren, ohne müde zu werden.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
39.	Mein Ehrgeiz ist leicht herauszufordern. Wenn mich jemand zu einem Match herausfordert, bin ich sofort dabei.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
40.	Wenn ich glaube, ich schaffe etwas nicht, dann verzichte ich lieber ganz darauf.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
41.	Wenn jemand auf dem gleichen Platz trainiert wie ich, versuche ich, besser zu sein als er.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
42.	Ohne Angst vor dem Wettkampf würde man bei weitem nicht so viel trainieren.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
43.	Ich überlege vor jedem Training, was ich trainieren möchte bzw. trainieren muss.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
		Trifft gar nicht zu	Trifft vollständig zu

		Trifft gar nicht zu	Trifft vollständig zu
44.	Wenn ich etwas mache, überlege ich immer, welche Auswirkungen das in der Zukunft haben wird.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
45.	Wenn im Tennis etwas schief läuft, gebe ich oft auf.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
46.	Am glücklichsten bin ich mit einer Trainingsübung, bei der ich mich richtig reinhängen kann.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
47.	Wenn mir eine Übung oder ein Wettkampf nicht so gelungen ist, wie ich es mir vorstelle, strengere ich mich anschließend noch mehr an.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
48.	Nominierungen und Leistungsbeurteilungen werden oft mehr nach Sympathie als nach tatsächlicher Leistung vergeben.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
49.	Schwierige Übungen und starke Gegner reizen mich mehr als einfache Übungen und schwache Gegner.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
50.	Auch wenn ich vor einem schweren Match stehe, bin ich immer guten Mutes.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
51.	Wenn ich vor einem schwierigen Wettkampf sehr angespannt bin, gebe ich mir mehr Mühe, als ich es sonst täte.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
52.	Ich trainiere mehr als die meisten anderen Spieler, die ich kenne.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
53.	Ich empfinde Befriedigung über intensives, konzentriertes Training.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
54.	Manchmal habe ich das Gefühl, dass man es mir schwer macht und mich entmutigt.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
55.	Wenn ich fürchte, Fehler zu machen, strengere ich mich besonders an.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
56.	Es ist schon vorgekommen, dass man mich als trainingssüchtig bezeichnet hat.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
57.	Wenn man anspruchsvolle Ziele hat, kann man dafür auf manch anderes im Leben verzichten.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	
		Trifft gar nicht zu	Trifft vollständig zu

		Trifft gar nicht zu	Trifft vollständig zu
58.	Manches im Tennis habe ich nur deswegen erreicht, weil ich viel Glück hatte.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
59.	Ich ziehe Wettkämpfe vor, bei denen ich sicher sein kann, dass ich gewinne.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
60.	Ich glaube, dass ich mich im Tennis mehr anstrenge als die meisten anderen Spieler.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
61.	Ich bin nicht bereit, jetzt auf etwas zu verzichten, um in Zukunft vielleicht mehr zu erreichen.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
62.	Manchmal fällt es mir schwer, meine Aufmerksamkeit vollständig auf das Training/den Wettkampf zu richten.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
63.	Die Zeit vergeht oft unbemerkt, wenn ich ganz vertieft in mein Tennisspiel bin.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
64.	Wenn ich daran denke, was ich im Tennis schon geleistet habe, dann fühle ich mich viel wertvoller und besser.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
65.	Wenn ich im Tennis fürchte, eine Aufgabe nicht zu schaffen, suche ich mir lieber ein leichteres Ziel.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
66.	Egal, was wir gerade trainieren, ich versuche immer, besser zu sein als die anderen.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
67.	Durch einen schweren Gegner fühle ich mich besonders herausgefordert.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
68.	Ich habe oft festgestellt, dass ich komplizierte Übungen viel schneller verstehe als andere.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
69.	Wenn ein Risiko besteht, ein Match zu verlieren, gebe ich mir besonders Mühe.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
70.	Es fällt mir leicht, längere Zeit nichts zu tun.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
71.	Die alte Regel „erst die Arbeit, dann das Vergnügen“ hat auch heute noch Gültigkeit.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
72.	Ich versuche immer, noch besser und noch intensiver zu trainieren.	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦	①--②--③--④--⑤--⑥--⑦
		Trifft gar nicht zu	Trifft vollständig zu